



CROIX-ROUGE FRANÇAISE

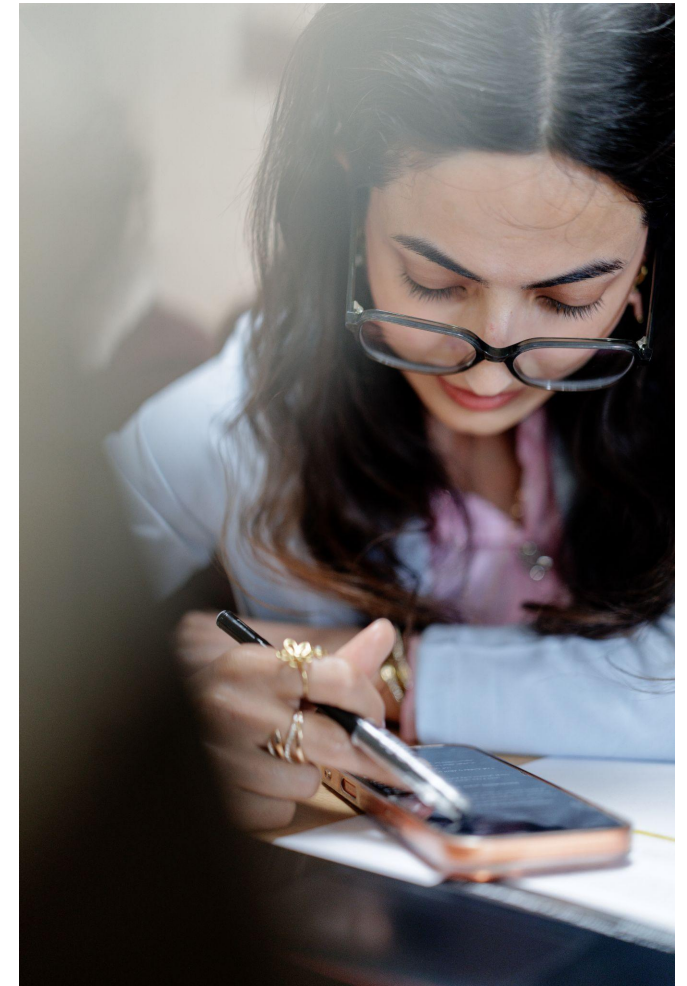
Bien s'informer sur sa santé en ligne

ATELIER 5 • Inclusion numérique en santé



Programme des séances

Séance 1	Documents de santé Retrouver, partager et contrôler mes documents
Séance 2	Rendez-vous en ligne Prendre rendez-vous via Doctolib et les plateformes
Séance 3	Droits du patient Connaître et faire valoir mes droits de santé
Séance 4	Téléconsultation Échanger avec un soignant à distance
Séance 5	Infos fiables Distinguer une info santé fiable d'une fausse
Séance 6	Données de santé Protéger mes données personnelles de santé
Séance 7	Applications santé Utiliser des applis pour prendre soin de moi





Au programme aujourd'hui

1. Situation départ

Qu'est-ce qui vous inquiète quand vous cherchez une info santé en ligne ?

2. Pourquoi c'est compliqué ?

*Emotions,
algorithmes,
méfiance légitime...
On démêle tout*

3. Jeu d'enquêtes

*6 dossiers à analyser
en groupe : fiable, à
vérifier ou trompeur ?*

4. Ma mission de la semaine

*Construire ensemble
un outil pour vérifier
avant de partager*

Avant de commencer : Bilan de départ

Objectif : Situer chacun avant l'atelier



Bilan de départ

“Je sais repérer au moins 2 signaux d'alerte d'une information trompeuse.”

Niveau 0 : Pas du tout

Niveau 1 : Un peu

Niveau 2 : Oui !

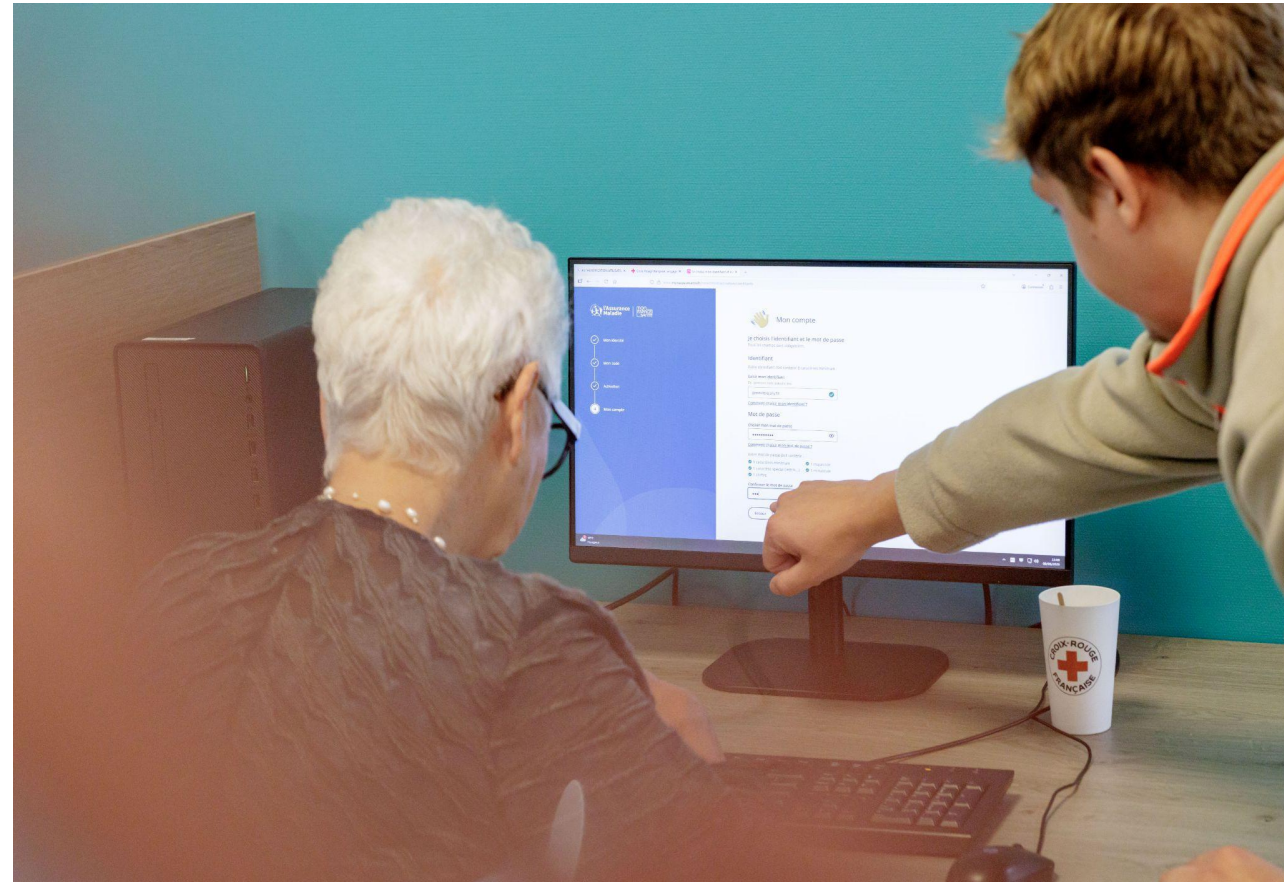
Retenez votre réponse, nous y reviendrons à la fin de l'atelier !

Situation de départ

Vous avez un symptôme qui vous inquiète et vous faites une recherche sur votre téléphone. Les premiers résultats parlent de maladie grave, de solution naturelle miracle, d'études qui se contredisent.

Questions au groupe

1. Que ressentez vous à la lecture de ces résultats ?
2. A qui avez vous tendance à faire confiance et pourquoi ?
3. Comment décidez vous si c'est vrai ou faux ?





Pourquoi c'est si compliqué en santé ?

Contexte

Les résultats dépendent du contexte individuel

Incertitude normale

Les recommandations médicales évoluent.
L'incertitude n'est pas un mensonge

Algorithme

Internet classe par popularité, pas parce que c'est la vérité d'un point de vue médical ou scientifique

Emotion

Quand on est malade, on a peur, on croit plus facilement ce qu'on lit. Des gens peuvent en profiter, et les fausses informations santé se propagent vite

Méfiance légitime

Médiator, sang contaminé...
La méfiance a des raisons réelles, des antécédents existent

Solutions miracle

Face à la maladie, on espère tous qu'une solution simple existe : ce n'est pas une faiblesse

Croyances

De nombreuses croyances populaires persistent



Votre mission d'enquête

En groupe de 2 à 3, analysez le dossier que vous avez reçu. En 10 à 12 minutes, estimez si le contenu plutôt fiable, à vérifier ou trompeur.

Plutôt fiable

Questions à poser :
*Auteur identifiable ?
Sources citées ? Date visible ? Ton nuancé ?*

A vérifier

Questions à poser :
*Vocabulaire technique ?
Étude préliminaire ? Info ancienne à actualiser ?*

Trompeur

Questions à poser :
*Absence de sources ?
Ton qui fait peur/qui dramatise ? Théorie du complot ? Lien commercial caché ?*

Quelle est l'émotion provoquée par le dossier ?

Les biais cognitifs

Biais de confirmation
On a tendance à croire ce qui confirme ce qu'on pense déjà

Biais de disponibilité
On ne cherche pas d'autres informations que celles qui sont directement à notre portée

Biais d'autorité
La blouse blanche nous fait croire quelqu'un sans vérifier ce qu'il.elle dit

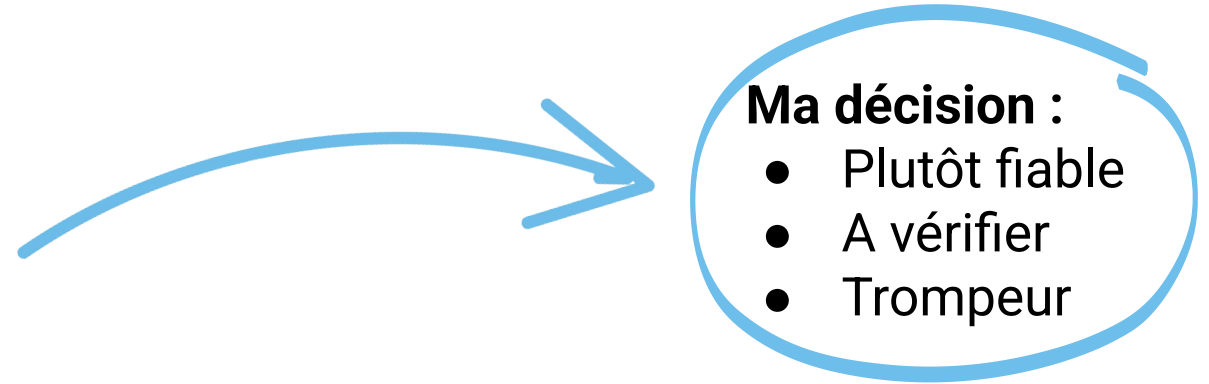
Preuve anecdotique
Un seul témoignage peut nous convaincre plus qu'une étude sur 10 000 personnes

Biais émotionnel
Quand on a peur ou qu'on espère, on croit plus facilement

Effet de halo
La première impression détermine notre opinion de quelqu'un

Les deux questions à se poser

Analyser la source	Analyser mon ressenti
Qui parle ?	Est ce que cela confirme ce que je pense déjà ?
Quelle est la date de publication ?	Est ce que cela m'inquiète ou me fait peur ?
Des sources sont elles citées et vérifiables ?	Ai-je envie de partager immédiatement ?
Y'a t'il un intérêt commercial ?	Le ton est il alarmise (dramatise, fait peur...) ou nuancé ?
D'autres sources disent-elles la même chose ?	

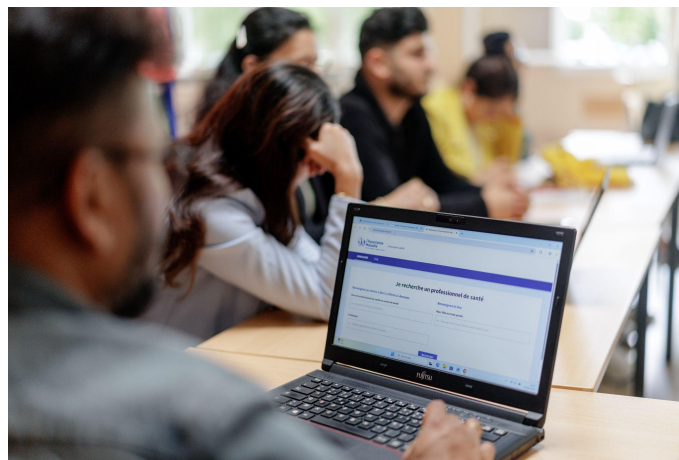




A retenir

En santé, l'émotion est normale, mais l'esprit critique doit être un geste automatique de protection

1. **Dépasser l'émotion** : Laisser passer le réflexe émotif pour rentrer dans la réflexion
2. **Ne pas croire tout ce qu'on voit** : Ne pas s'y connaître ne veut pas dire tout croire !
3. **Appliquer les bonnes pratiques** : Dépasser ses biais, vérifier les sources...





CROIX-ROUGE FRANÇAISE

Ma mission de la semaine

Je choisis mon niveau

NIVEAU 1

Débutant : La prochaine fois que je vois une info santé, je me pose 3 questions :

Qui parle ? · Quelle date ? · Quelles sources ?

NIVEAU 2

Intermédiaire : J'applique la grille de vérification complète sur une info que j'ai envie de partager

NIVEAU 3

Engagé : J'explique à un.e proche pourquoi je vérifie une info avant de la partager
et je lui montre comment faire

Remplissez votre fiche participant et partagez votre choix avec le groupe avant de partir.

Ce que j'ai retenu : Bilan de fin

Objectif : Mesurer le chemin parcouru



Reprenez votre réponse du début

“ Je sais repérer au moins deux signaux d’alerte d’une information trompeuse ”

Niveau 0 : Pas du tout

Niveau 1 : Un peu

Niveau 2 : Oui !

*Avez-vous progressé depuis le début ?
Partagez avec le groupe.*

Ressources utiles

Recommandations officielles de bonnes pratiques	has-sante.fr
Portail public de santé	sante.fr
Alertes sécurité médicaments	ansm.sante.fr
Informations vérifiées de l'Assurance Maladie	ameli.fr





CROIX-ROUGE FRANÇAISE

MERCI *

**Vos questions sont les bienvenues*

Crédits photo Alex Bonnemaison